

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Aktivitas fisik merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik dapat menghambat atau memperlambat kemunduran fungsi alat tubuh yang disebabkan bertambahnya umur, sangat penting bagi individu lanjut usia untuk tetap aktif dan mencapai kepuasan hidup (Azizah, 2011). Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global (WHO, 2010). Masalah kesehatan akibat pertambahan usia (degeneratif) salah satunya yaitu demensia (KEPMENKES, 2010). Demensia merupakan istilah yang digunakan untuk mendeskripsikan kumpulan gejala yang bisa disebabkan oleh berbagai kelainan yang mempengaruhi otak. Seorang penderita demensia memiliki fungsi intelektual yang terganggu dan menyebabkan gangguan dalam aktivitas sehari-hari maupun hubungan dengan orang sekitarnya.

Provinsi Jawa Timur merupakan Provinsi dengan proporsi lansia terbesar nomor tiga di Indonesia yaitu 10,96%. Jumlah lansia di provinsi Jawa Timur sebanyak 3.897.034 jiwa (BPS, 2010). Berdasarkan Riskesdas 2013, aktifitas sedentari lebih dari 6 jam mengalami peningkatan dimulai pada golongan usia 50-54 tahun dan seterusnya, yang berarti bahwa aktifitas fisik pada lansia mengalami penurunan. Dari pengumpulan data awal di Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya yang dilakukan pada bulan oktober 2017, peneliti memperoleh

data estimasi jumlah lansia di wilayah Puskesmas Krembangan Selatan sebanyak 3.391 orang, jumlah posyandu lansia pada tahun 2016 sebanyak 10 posyandu, dengan jumlah peserta posyandu lansia sebanyak 680 orang. Saat peneliti melakukan wawancara di salah satu posyandu lansia wilayah puskesmas krembangan selatan terhadap 7 orang peserta, 4 diantaranya mengalami demensia sedang. Menurut keterangan penanggung jawab program lansia di puskesmas tersebut belum pernah dilakukan pemeriksaan deteksi dini demensia di posyandu lansia.

Kemunduran kognitif pada demensia biasanya diawali dengan kemunduran memori atau daya ingat (pelupa). Aktifitas fisik mempunyai peranan dalam fungsi kognitif, kaitannya dengan unsur gerak tubuh. Dengan bergerak, aliran darah ke otak lebih tinggi sehingga suplai nutrisi lebih baik. Nutrisi berupa oksigen dan glukosa sangat dibutuhkan otak, karena merupakan bahan bakar utama supaya otak dapat bekerja optimal. Kurangnya suplai oksigen ke otak dapat menimbulkan disorientasi, bingung, kelelahan, gangguan konsentrasi dan masalah daya ingat. Dalam hal ini, aktifitas fisik dapat memberikan suplai nutrisi yang dibutuhkan otak (Blaydes J, 2011). Aktivitas untuk mengisi waktu senggang pada lansia dapat menurunkan resiko demensia. Dengan kata lain dapat dikatakan seseorang tanpa aktivitas fisik atau kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan resiko demensia. Menurut penelitian dr.R.W Bowers menunjukkan setelah 10 minggu jogging, dari mereka yang sebelumnya hanya duduk saja, ternyata dapat meningkatkan daya ingat dan berpikir lebih tajam.

Lansia dengan demensia membutuhkan perawatan khusus dibandingkan dengan lansia tidak demensia, mereka membutuhkan perawatan personal dengan

waktu dan pengawasan lebih, tentunya memerlukan biaya dan tenaga yang ekstra juga. Itulah mengapa demensia perlu menjadi prioritas kesehatan publik dan perencanaan yang memadai perlu diimplementasikan agar penderita demensia dapat hidup dengan baik (*Alzheimer's Disease International*, 2013). Pemeriksaan kondisi mental dan evaluasi kognitif yang rutin (6 bulan sekali) sangat dianjurkan bagi orang yang berusia sekitar 60 tahun supaya dapat segera diketahui jika ada kemunduran kognitif yang mengarah pada demensia, dan dapat segera dilakukan intervensi guna mencegah kondisi yang lebih parah. Selain itu juga diperlukan peningkatan promosi kesehatan tentang aktivitas fisik pada lansia, dan motivasi untuk mengoptimalkan kegiatan olah raga maupun senam di posyandu lansia.

Berdasarkan latar belakang ini, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi aktivitas fisik lansia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya

2. Mengidentifikasi kejadian demensia pada lansia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya
3. Menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan ilmiah bagi petugas kesehatan khususnya di bidang ilmu Keperawatan untuk dapat mencegah suatu penyakit demensia pada lansia sehingga dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat bagi Mahasiswa

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti tentang keperawatan pada pasien lansia dalam pencegahan demensia.

2. Manfaat bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan dalam menerapkan keperawatan pasien untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan di Surabaya.

3. Manfaat bagi pasien

Dengan pelaksanaan deteksi dini penyakit demensia sehingga dapat dilakukan pencegahan dan dapat dilakukan terapi segera pada pasien yang mengalami demensia.